

(Детский сад (Сад))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
160	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар	ЭЦ-187, Бел-5, Жир-8, Угл-24	181
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-364, Бел-9, Жир-14, Угл-46	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
70	Зразы рыбные с яйцом со сметанным соусом с томатом минтай, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, томат, мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-88, Бел-7, Жир-3, Угл-8	281
100	Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом. крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	330
25	Винегрет овощной . картофель, свекла, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-24, Жир-2, Угл-2	46
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-656, Бел-20, Жир-13, Угл-111	
Полдник			
60	Булочка «Российская» мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин.	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33	457
180	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414
Итого за Полдник		ЭЦ-284, Бел-7, Жир-7, Угл-48	
Итого за день		ЭЦ-1 346, Бел-37, Жир-34, Угл-215	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.